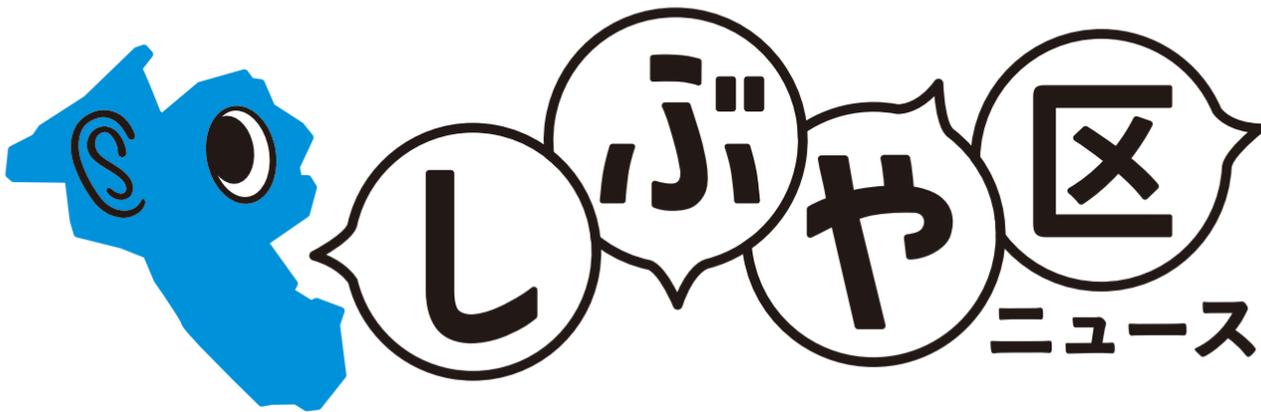
顔が見える。声が聞こえる。人をつなぐ。渋谷区からのお便りです。

平成28年（2016年） 9月1日

No.1342

発行｜渋谷区
編集｜広報コミュニケーション課
住所｜〒150-8010 渋谷1-18-21
電話｜03-3463-1211（代表）
公式HP｜www.city.shibuya.tokyo.jp/
公式 Twitter｜@city_shibuya

渋谷区シニアクラブ連合会 （左から）三界あゆちさん・近藤博行さん・黒沼千津子さん

元気の秘訣がここにある。

渋谷区で、長く、楽しく生きる知恵。

★渋谷区役所は庁舎建替えのため、仮庁舎へ移転しています　移転先▶渋谷1-18-21

区では、高齢者が、住み慣れた地域で、安心していきいきと生活できるよう、さまざまな取り組みを行なっています。
長年社会に貢献してきた皆さんの長寿を敬い、祝福するとともに、今後も皆さんのいきいきシニアライフを応援していきます。

敬老大会

▶日時　9月16日（金）13:00～15:30（12:00開場）
▶場所　明治神宮会館（代々木神園町1-1明治神宮敷地内）
※渋谷公会堂ではありませんのでご注意ください。
▶対象　区内在住で65歳以上の人
▶内容　第1部 式典／第2部 演芸（講談・歌謡ショー）
▶出演　司会 高峰欣二朗

歌謡ショー 山本譲二

講談 一龍斎貞鏡

※車での来場はご遠慮ください。
※原宿口から会場までは無料のシャトルバスを利用できます。（11:00～13:00、15:30～16:30）

問福祉部民生係（☎3463-1832 FAX5458-4936）

敬老金・米寿祝品を贈呈します

●敬老金（10,000円）
▶対象　区内在住で75歳以上の人（9月15日現在）
▶贈呈方法　民生委員が敬老の日（9月19日）前後に届けます。
9月30日までに届かない場合は問い合わせてください。

問福祉部民生係（☎3463-1832 FAX5458-4936）

●米寿祝品（デパート商品券5,000円分）
▶対象　区内在住で米寿（88歳）の人
▶贈呈方法　自宅へ配送します。
88歳になる月の初日から1年以内に、社会福祉協議会または地域包括支援センターへ申請してください。

問社会福祉協議会（☎5457-2200 FAX3476-4904）

健康と仲間づくり シニアクラブ

区内には46のシニアクラブがあります

シニアクラブ（老人クラブ）は、高齢者の生活を豊かなものにするために、知識や経験を生かした社会活動を行う自主的なクラブです。
▶対象　おおむね60歳以上の人
▶内容　スポーツ、趣味、文化、ボランティアなどの活動
※連合会（クラブ全体の連合体）の行事として、輪投げ大会、研修旅行、教養講座、囲碁将棋大会、作品展なども行なっています。

シニアクラブに入会を希望する人や、活動に関心がある人は、問い合わせてください。
※シニアクラブの活動は、6・7ページの上段をご覧ください。

問シニアクラブ指導室（☎3463-1857 FAX3463-1863）

高齢者を狙った悪質な販売手口や詐欺に注意しましょう
9月は高齢者被害防止強化月間

「注文した覚えのない健康食品が送られてきた」など、高齢者を狙う悪質商法、詐欺が後を絶ちません。不安を感じたら、消費者センターに相談してください。契約上のトラブル、商品の品質・サービスについての疑問や不安など、専門の相談員が助言やあっせんを行い、問題解決のお手伝いをします。
※本人が被害にあっていることに気付かないこともあります。家族や地域の人たちの見守りで、被害を未然に防ぎましょう。

【高齢者被害特別相談】
▶日時　9月12日（月）～14日（水）9:30～16:00
▶場所　消費者センター
▶内容　電話相談または来所相談
☎3406-7644［相談専用］
▶対象　区内在住・在勤・在学の人
※特別相談以外の日も、消費者センターでは消費生活に関する契約トラブルなどの相談を受け付けています。（月～金曜日、9:30～16:00）

問商工観光課商工観光係（☎3463-1762 FAX3463-3528）

地域活動・交流の場に

敬老館・はつらつセンター 地域交流センター

高齢者が集い憩う、地域の生きがい活動の拠点となる施設です。

▶**対象**　区内在住で60歳以上の人
▶**設備**　浴室、マッサージチェアなど
▶**利用方法**　利用者カードを提示
※利用者カードの交付を希望する人は、氏名・住所・生年月日を確認できるものを用意し、各施設または区役所仮庁舎第1庁舎2階福祉部福祉施設係で申し込んでください。
※利用者カードは、いずれの施設でも共通で使用できます。

▲明るい浴室（はつらつセンター富ヶ谷）

▲囲碁、将棋などができるリラクゼーションルーム（地域交流センター恵比寿）

敬老館

名称	所在地	電話
西原	西原 2-35-12	☎3466-6249
代々木八幡	代々木 5-1-15	☎3469-7702
初台	初台 1-9-8	☎3374-3978
笹塚	笹塚 1-28-12	☎3466-5207
千駄ヶ谷	千駄ヶ谷 1-1-7	☎3401-0600

はつらつセンター

名称	所在地	電話
幡ヶ谷	幡ヶ谷 2-19-14	☎3374-0785
富ヶ谷	富ヶ谷 2-27-12	☎3467-4671
参宮橋	代々木 4-4-1	☎5352-8805

地域交流センター（個人使用施設のあるところ）

名称	所在地	電話
新橋	恵比寿 1-27-10	☎3444-0461
恵比寿	恵比寿西 2-8-1	☎3461-3453
大向	松濤 1-26-6	☎3466-2131
上原	上原 1-18-6	☎3467-1349
代々木の杜	代々木 2-35-1	☎5371-1571
代々木	代々木 3-51-8	☎3370-7741
二軒家	本町 3-35-4	☎3299-5577
本町	本町 6-6-2	☎3377-5160
神宮前	神宮前 6-10-14	☎3409-4565

問敬老館・はつらつセンターは
福祉部福祉施設係（☎3463-1896 FAX5458-4936）
・地域交流センターは
地域振興課施設係（☎3463-1639 FAX5458-4906）

温泉気分で心身ともにリフレッシュ

地域の公衆浴場

●高齢者入浴デー

無料で入浴できます。
▶**日時**　第1・3日曜日13:00～16:00受付 ※1月は第3日曜日のみ
▶**対象**　区内在住で60歳以上の人
▶**利用方法**　高齢者入浴デー利用者証を提示
※利用者証の交付を希望する人は、申請書、顔写真（タテ2.5cm×ヨコ2.0cm）を用意して、区役所仮庁舎第1庁舎2階福祉部民生係で申し込んでください。（申込は郵送可、申請書は出張所で配布するほか区HPでダウンロード可）

●遊湯（ゆうゆう）ひろば

入浴とセットで健康体操や民謡などさまざまなプログラムを行なっています。
▶**日時**　区ニュース毎月15日号でお知らせする予定です。
※区HPでも予定表を掲載しています。
▶**対象**　①高齢者入浴デー利用者証のある人
②区内在住で、介護保険被保険者証のある人と介助をしている人
③そのほかの人
▶**費用**　①・②無料、③200円
▶**申込**　当日会場で（①・②は利用者証などを提示）

三味線に合わせてみんなで大熱唱♪このあとは、湯船につかってサッパリ！

▲遊湯ひろば「津軽三味線を聞きましょう」（羽衣湯）

▲ジャグジー風呂（羽衣湯）

区内の公衆浴場

名称	所在地	電話
改良湯	東2-19-9	☎3400-5782
宝来湯	恵比寿3-39-5	☎3440-4700
広尾湯	広尾5-4-16	☎3473-0624
さかえ湯	東1-31-19	☎3407-1207
鶴の湯	千駄ヶ谷4-16-4	☎3402-5808
栄湯	笹塚2-9-5	☎3377-3369
観音湯	幡ヶ谷2-46-7	☎3377-5349
第二かねき湯	本町1-31-2	☎3377-2088
羽衣湯	本町3-24-20	☎3372-4118
八幡湯	富ヶ谷1-2-10	☎3468-0337
仙石湯	西原2-27-5	☎3466-7219
大黒湯	西原3-24-5	☎3485-1701

※通常の利用料金は、大人（12歳以上）460円、中人（6～11歳）180円、小人（5歳以下）80円
問福祉部民生係（☎3463-1832 FAX5458-4936）

豊かな経験と能力を生かして

シルバー人材センター

健康で働く意欲のある60歳以上の会員が、「福祉の受け手から社会の担い手」となることを目指して、互いに協力しながら自主的に運営しています。会員として働きたい人の相談や、入会説明会を毎月行なっているほか、仕事を随時募集しています。

●入会説明会

▶**日時**　9月14日（水）10:00～12:00
▶**場所**　総合ケアコミュニティ・せせらぎ
▶**申込**　9月13日までに
シルバー人材センター窓口で

●出張相談会

▶**日時**　9月23日（金）10:00～15:00
▶**場所**　勤労福祉会館
問シルバー人材センター（☎5465-1876 FAX3466-1874）

シブヤ・ソーシャル・アクション・パートナー協定を推進しています

区は、CSR活動(企業の社会的責任を果たす活動)を進める区内企業を中心に、地域社会の課題を協働して解決していく「シブヤ・ソーシャル・アクション・パートナー(S-SAP)協定」を順次締結していきます。

この協定に基づき、各企業の持つ技術や特色を活かして、新たな区民サービスを提供していく予定です。

Shibuya City Social Action Partner

S-SAP協定締結状況

※8月31日現在

- ●LINE株式会社(8月3日締結)
  LINEを通じた子育て支援情報の配信など
- ●セコム株式会社(8月9日締結)
  「SHIBUYA BOSAI FES 2016」(9月4日開催)の特別協賛など

問経営企画課基本計画担当主査(☎3463-1589 FAX5458-4973)

「渋谷区基本構想等審議会答申」がまとまりました

審議会答申をまとめるにあたり、審議会答申(素案)についてパブリックコメントを実施しました。

審議会答申(素案)に寄せられた意見と区の考え方は、区HPをご覧ください(9月1日公開)。

▲パブリックコメントのページ(区HP)

問経営企画課基本計画担当主査(☎3463-1589 FAX5458-4973)

夏の耐震キャンペーン

	内容・日時	場所
①	マンション耐震セミナー 9月10日(土)14:00~17:00	東京都議会議事堂1階都民ホール(都庁第1本庁舎前)
②	耐震改修事例見学会 9月13日(火)10:00~12:00	幡ヶ谷プラザビル(幡ヶ谷1-1-1)
③	耐震相談会 9月15日(木)14:00~16:00(1人30分程度)	区役所仮庁舎第3庁舎3階紛争調整室

▶定員　①250人、②20人(いずれも先着)

▶申込　①NPO法人建築技術支援協会HPで、②電話・ファクスで、③9月14日までに電話で

問①東京都都市整備局マンション課(☎5320-4944)
②耐震キャンペーン事務局(☎045-900-0269 FAX045-226-3342)
③まちづくり課防災まちづくり係(☎3463-2647 FAX5458-4918)

渋谷区コミュニティバス

バス停 一時休止のお知らせ

イベント開催に伴う交通規制のため、バス停を一時休止し、迂回(うかい)運行を実施します。

恵比寿・代官山循環 夕やけこやけルート

日時	休止するバス停
9月10日(土) 17:00以降	「17 豊沢児童遊園地」

※日曜・休日経路のバス停「17-2 広尾1丁目」「17-3 新豊沢橋」を臨時に使用します。

丘を越えてルート(上原・富ヶ谷ルート)

日時	休止するバス停
9月18日(日) 12:00~17:00	「18 富ヶ谷一丁目」「19 神山」「20 東急百貨店本店前」

※公園通りにある京王バスのバス停「渋谷区役所」を臨時に使用します。

問土木清掃部管理交通係(☎3463-1854 FAX5458-4908)

福祉用具購入費と住宅改修費の一部を支給します

○福祉用具購入費

▶対象となる用具
腰掛便座、入浴補助用具、自動排泄(はいせつ)処理装置の交換可能部分、簡易浴槽、移動用リフトのつり具部分

▶支給限度額(年間)　10万円

※都道府県が指定した特定福祉用具販売事業者からの購入に限ります。(通信販売は対象外)

○住宅改修費

▶対象となる改修
手すりの取り付け、段差の解消、滑り防止などのための床材変更、引き戸など扉の取り替え、洋式便器への取り替え

▶支給限度額　20万円 ※着工前に申請してください。

共通事項

▶対象　介護保険で要支援・要介護と認定され、福祉用具購入または住宅改修を必要とする人

▶支給方法　次のいずれかの方法で支給
・事業者に全額支払った後で、保険給付分(対象費用の9割または8割)を受領する
・事業者の同意を得て、自己負担分(対象費用の1割または2割)を支払う

※支給対象とならない場合があります。事前にケアマネジャーなどに相談してください。

資金貸付制度
福祉用具購入費、住宅改修費などで、一時的に支払う費用が高額になり、支払いが困難な場合に、介護保険給付の見込額の範囲で資金を無利子で貸し付けています。希望する人は、事前に問い合わせてください。

問介護保険課介護給付係(☎3463-1997 FAX5458-4934)

生活福祉資金(教育支援資金)を貸し付けます

ほかの教育費支援制度を利用できない低所得世帯を支援する国の制度です。東京都社会福祉協議会が審査し、返済見込みがあると判断された世帯の学生に、教育支援資金(入学金・授業料など)を貸し付けます。

学校	教育支援費(授業料)限度額(月額)※	就学支度費(入学金)限度額
高等学校、専修学校(高等課程)	35,000円	500,000円
高等専門学校、短期大学、専修学校(専門課程)	60,000円	
大学	65,000円	

※通常の貸付限度額で学費が不足する場合は、限度額の1.5倍まで貸し付けます。

◎据置期間　卒業後6か月間

◎返済期間　最長14年以内

◎無利子

・世帯状況によって連帯保証人が必要となる場合があります。
・民生児童委員による面接があります。
詳しくは問い合わせてください。

問社会福祉協議会(☎5457-2200 FAX3476-4904)

私立幼稚園の保育料補助の申請は済んでいますか

▶対象　私立幼稚園(子ども・子育て支援新制度に移行した園を除く)に通い、区内に住民登録をしている園児の保護者

▶補助額　特別区民税額などにより金額が異なります

▶申込　申請書に必要事項を記入し、幼稚園に提出
※申請書は幼稚園で配布

問保育課私学主査(☎3463-3153 FAX5458-4907)

しぶや区ニュースは、点字版と声のニュース(カセットテープ)も発行しています。詳しくは広報コミュニケーション課(☎3463-1287)へ問い合わせてください。

母子家庭・父子家庭の自立を支援します

20歳未満の子どもを扶養している、区内在住の母子家庭の母親・父子家庭の父親を支援します。

≪高等職業訓練促進給付金などの支給≫

就職に有利な資格を取得するため養成機関で修業した場合に、訓練促進給付金を支給します。また、全課程修了後に修了支援給付金を支給します。

▶対象資格
看護師・准看護師・保健師・助産師・介護福祉士・保育士・理学療法士・作業療法士・理容師・美容師など

▶対象　次のすべてに該当する人

- 児童扶養手当を受給している、または同等の所得水準にある
- 養成機関（通信制を除く）で修業年限1年以上の課程を修業し、対象資格の取得が見込まれる
- 就業または育児と修業との両立が困難であると認められる
- 原則として、過去に訓練促進給付金（旧:訓練促進費）を受給していない

▶支給額

種類	区民税非課税世帯（月額）	区民税課税世帯（月額）
訓練促進給付金（3年を上限として修業する全期間支給）	200,000円	170,500円
修了支援給付金（養成機関で全課程を修了後に支給）	50,000円	25,000円

※申請には事前に相談が必要です。

≪自立支援教育訓練給付金の支給≫

雇用の安定と就業に向けた能力開発のため教育訓練講座を受講した場合に、受講料の一部を支給します。

▶対象講座
雇用保険制度、教育訓練給付の指定教育訓練講座など
※詳しくは、中央職業能力開発協会HPをご覧ください。

▶対象　次のすべてに該当する人

- 児童扶養手当を受給している、または同等の所得水準にある
- 雇用保険法による教育訓練給付金の受給資格がない
- 就業経験、技能、資格の取得状況や労働市場の状況などから判断して、教育訓練を受けることが適職につくために必要であると認められる
- 原則として、過去に訓練給付金を受給していない

▶支給額　受講料の6割（上限20万円）
※申請には事前に相談が必要です。

≪自立支援プログラム策定≫

児童扶養手当受給対象者で、自立・就労を目指す人に対して相談に応じ、ハローワークなどの関係機関と連携し自立を支援します。

▶対象　次のいずれかに該当する人

- 児童扶養手当を受給している、または受給が見込まれる
- DVの被害者で、児童扶養手当の受給が見込まれる

※詳しくは問い合わせてください。

問子ども青少年対策課子ども女性相談主査（☎3463-2544 FAX5458-4942）

秋の交通安全運動

9月21日～30日　やさしさが 走るこの街 この道路

交通事故を防ぐには、一人ひとりが「自らの安全は自らが守る」という自覚を持ち、互いに責任ある行動をとることが大切です。

ご参加ください

○シニア交通安全教室（渋谷警察署主催）
▶日時　9月12日（月）14:00～16:00　**▶場所**　リフレッシュ氷川

○交通安全セレモニー（渋谷警察署主催）
▶日時　9月18日（日）10:00～11:00　**▶場所**　渋谷駅ハチ公前広場

○交通安全パレード（原宿警察署主催）
▶日時　9月19日（祝）10:00から　**▶場所**　表参道

○二輪車実技教室（代々木警察署主催）
▶日時　9月22日（祝）9:30～12:00　**▶場所**　立正佼成会駐車場（杉並区和田2-8）

○スケアード・ストレイト交通安全教室（原宿警察署主催）
▶日時　9月24日（土）11:00から　**▶場所**　原宿駅前
☆**スケアード・ストレイトとは**
スタントマンによる交通事故の再現で、交通ルールの大切さを体感する教育手法

※詳しくは、各主催警察署へ問い合わせてください。

交通少年団員募集
さまざまな活動や訓練を通して、交通安全を一緒に呼びかけてくれる元気な小学生を募集しています。
詳しくは、各警察署へ問い合わせてください。

28年度交通安全絵画コンクール
区内の小学生が描いた1,165点の中から、選ばれた作品をポスターやポケットティッシュのデザインとして交通安全啓発活動に役立てています。

【特選】幡代小学校6年▶ 泉谷磨音さん

問土木清掃部管理交通係（☎3463-2773 FAX5458-4908）
渋谷警察署（☎3498-0110）
原宿警察署（☎3408-0110）
代々木警察署（☎3375-0110）

8月15日の防災行政無線放送に関するおわび

区では、熱中症が起こりやすくなる夏の時期に、区民の皆様に向けて、防災行政無線を使用し、熱中症予防を周知する放送を毎日正午に行なっておりました。
8月15日におきましても同様の放送を行いましたが、全国で戦没者追悼の黙とうを捧げている時間と重なってしまいました。
配慮が行き届かなかったことに対しまして、おわび申し上げるとともに、今後は、同様の事態が起きないよう、再発防止に努めてまいります。

渋谷区長　長谷部 健

第27回 くみんの俳句

入選作品紹介

70句の応募があり、入選作品5句が選ばれました。（敬称略）

天　七十一年祈り重ねて広島忌（幡ヶ谷・赤松政志）

地　終戦忌学徒出陣思ひ出し（千駄ヶ谷・川俣千代子）

人　輪の中に齢（よわゐ）忘れて盆踊（恵比寿西・土橋弘子）

佳作　風鈴の重き音色や南部鉄（笹塚・伊藤隆之）

佳作　茄子の馬かぼそき足をふんばって（本町・新保昭彦）

大高霧海 選評

天　今年は敗戦後71年目に当たる。広島に原爆が投下され、それから詠者は毎年鎮魂の黙とうを重ねて捧げている。

地　終戦忌は8月15日。戦中派の詠者は、敗戦間近の頃の学徒出陣を思い出し、戦争の不条理を訴えている。

人　盆踊の輪の中に入り、高齢であることを忘れて踊り、祖霊、戦死者、被災死者の鎮魂を祈念し夢中になった。

「くみんの俳句」を募集します

対象　区内在住・在勤・在学の人
選者　大高霧海氏
申込　10月10日（必着）までにハガキで（俳句・住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号を記入）、〒150-8010（住所不要）渋谷区役所広報コミュニケーション課へ
※俳句は1人3句まで、自作・未発表のものに限ります。必要に応じてふりがなをふってください。
※作品の著作権は作者に帰属しますが、区の使用については、承諾したものとして取り扱います。
※入選作品は、選者が一部添削する場合があります。
※入選作品は、区ニュース11月1日号に掲載予定です。

問広報コミュニケーション課広報広聴係（☎3463-1287 FAX5458-4920）

年を重ねてさらに輝き続ける、渋谷区のシニアパワー。

9月19日は「敬老の日」。今回は、年輪を刻むほどにどっしりと存在感を増す樹木のように、いきいきと年齢を重ねているおじいちゃん・おばあちゃん世代から、豊かな人生を送るための知恵を探ります。

区内に46あるシニアクラブ。今回は渋谷区シニアクラブ連合会から、「上原みどり会」・「寿楽会」・「原宿プラチナ会」の代表3名をお迎えし、活動についてお話を伺いました。

渋谷のラジオで出張インタビュー

渋谷区シニアクラブ連合会 女性委員
上原みどり会 会長
三界（みかい）あゆちさん（85歳）

渋谷区シニアクラブ連合会 会長
寿楽会 会長
近藤 博行（こんどう ひろゆき）さん（83歳）

渋谷区シニアクラブ連合会 副会長
原宿プラチナ会 会長
黒沼千津子（くろぬま ちづこ）さん（79歳）

―― まずは、皆さんがシニアクラブと どのような関わり方をしているか、教えてください。

近藤：3,400名からなる渋谷区シニアクラブ連合会の会長をしながら、渋谷地区では「寿楽会」の会長も務めています。こちらの会員は、現在40名です。

黒沼：私は、千駄ヶ谷地区の「原宿プラチナ会」の会長をしていて、会員は95名。その中で、会員の希望により、体を使ったクラブや、頭を使ったクラブなどに分かれて、それぞれが活動しています。参加者は60歳から96歳の方までいます。連合会の中では、副会長として広報を担当していて、昨年は連合会創立50周年の記念誌を発行したり、年に1回「渋谷シニアだより」も発行しています。

三界：7年半前から、上原一丁目を主体とした「上原みどり会」で会長をしています。現在、会員は102名。今年、渋谷区シニアクラブ連合会に設立した、女性委員としての活動もしています。この活動を通じて、ほかの地区の活動についても勉強しています。

―― シニアクラブではどんな活動をしていますか？

近藤：連合会全体では、輪投げ、ゲートボールなどのスポーツ大会や、踊り、カラオケなどの芸能大会があります。また上原・新橋・千駄ヶ谷・本町・渋谷と、それぞれの地区が特徴を活かして活動をしています。渋谷地区では、みんなで作った折り紙を渋谷区観光協会に持って行き、外国の観光客にお土産として差し上げたこともあります。

黒沼：私のところは、年1回、講演会も行います。健康寿命を伸ばす方法とか、「2025年問題（団塊の世代が2025年頃までに後期高齢者となることで、社会保障費の急増が懸念される問題）」についても話し合ったり。ほかにも、60～75歳のヤングシニアの方々にも参加してもらいたいので、原宿の専門学校の学生さん達と一緒に、メーキャップ講習会やネイルアートをしたり。90歳の方も、最初は「ネイルなんて恥ずかしい」と言っていたけど、帰りは笑顔で「いいでしょ」って（笑）。気持ちが若返るって大切だなぁって思います。

近藤：参加されている皆さんは、結構、好奇心旺盛なんですよね。

三界：私たちの地区も連合会の芸能大会に参加しています。「1人では歌えないけど、合唱なら」という人もいるので、童謡や叙情歌を1年間練習して大会に出るんです。踊りも盛り上がっていて、月1度の活動をもう1回増やそうか、という話も出ています。また、最近は"大人のぬりえ"を始めて、作品展に出しましょうと話し合っています。

―― 地域の皆さんの参加状況はいかがですか？

三界：以前はお誘いしても、「老人会なんて入りません。まだ老人じゃありません」という方が多かったんです。

近藤：そうですよね。なので、10年ほど前に「シニアクラブ」という名称に変えたんです。黒沼さんのところは、一番モダンな名前ですよね。

黒沼："老人会"って、いかにも杖（つえ）をついて、みたいなイメージが嫌でしたよね（笑）。「シニアクラブなんて嫌だ」と言われたので、「では、"プラチナ"はどうですか？」と訊（き）いたら、「それなら！」と（笑）。

近藤：参加すれば、お互いに顔を合わせて、声をかけ合うことができます。会って話をすることは、とても大事なことだと思います。

―― 顔を合わせて話をしたり、そこでいろいろな情報を共有するということも、シニアクラブが持つ意義の一つなんですね。

黒沼：スマホの講習会をやったりもしてますよ。災害時の対応について学んだり、数少ない情報共有の場にもなっているんです。

三界：オレオレ詐欺に引っかからないように、注意を呼びかけたりもしています。ただ、歌って踊ってばかりいるわけではないんです（笑）。

近藤：昔は、そういうイメージを持たれていた部分もありましたね。

三界：自分の足で歩こうと、自分の足で社会貢献を少しでもしようと思わないと、これからの世の中は、年寄りは大変です。そう考えると、体が弱ってきてからでは遅くて、60代から体操をしたり、学んだり、準備をしていくことが必要だと思いますね。年を取れば、どうしても病気は出てきますから、その時にあたふたしないように。

黒沼：いかにしてうまく老いるか、ということを日々、研究しているんですよ。人のためにもならないとね。

三界：どうしたら健康でいられるか、次の世代にどんなふうにつないでいけるか。年を取ってからの勉強って、大事だなと思います。

※シニアクラブについては2ページ参照

6月に100歳を迎えた木田さん。80歳で歯を20本以上保とうという"8020運動"では、今年最高齢で表彰されました。

渋谷のラジオで出張インタビュー

木田（きだ）ふさゑさん（100歳）

木田家の皆さん

―― 渋谷区で暮らし始めたのは、おいくつのときですか？

38歳の時です。大阪から家族と一緒に日本橋横山町に上京して、その後、最初は千駄ヶ谷で暮らしました。当時、千駄ヶ谷には徳川家の下屋敷があって、駅から八幡さま（鳩森八幡神社）まで、赤レンガの壁がずーっと長く続いていたのを、よく覚えています。

―― 今も心身健康でいられる秘訣は何ですか？

掃除や食事の用意など、自分のことはできるだけ自分でやるようにしています。食事は、なるべく毎日違うものを食べるように。特に野菜や魚を摂るように献立を考えています。あと、子ども達からよく言われるんですが、好奇心はあるほうかもしれませんね。90歳近くまで、旅行も国内外のあちこちに行きましたし、話題のものを見るのが好きなので、表参道ヒルズや東急プラザができた時も、一番に見に行きました。気になったら、もう、ジッとしていられないんですよ（笑）。

―― 今、日々の生活での楽しみはどんなことですか？

はつらつセンター富ヶ谷の文化講座に通うことです。縫い物や編み物、粘土細工など、毎月いろいろなものを作るんですよ。裁縫は昔から得意で、私が今でも老眼鏡を使わずに針の穴に糸を通すので、よく参加者の皆さんに驚かれます（笑）。あとはやっぱり、孫やひ孫、子ども達に会えること。誕生日やお正月には、総勢30人以上の家族が私を囲んでくれて、"おばあちゃん"、"大おばあちゃん"と、慕ってくれるのがうれしいですね。

70歳の時に、けやきの苑・西原で、洗濯物たたみのボランティアを始めた橋浦さん。四半世紀近く経（た）つ今も、その活動を続けています。

渋谷のラジオで出張インタビュー

橋浦愛子（はしうら あいこ）さん（93歳）

けやきの苑・西原での
洗濯物たたみのボランティア活動

――ボランティア活動を始めたきっかけは何ですか？

70歳の時に、ただ遊んでいるんじゃなくて、少しでも世の中の役に立てたらいいなと思って、たまたま募集の張り紙を見つけたのが、始まりですね。洗濯物をたたむことなら、私にもできることだなと思って。今は、この活動が、自分の生活サイクルの基本になっているので、ここに週一度、来なければ、もう、ほかのどこも行けないんです。お休みした時なんかは、自宅で時計を見ては、ここで活動している仲間のことが、ついつい気になってしまうほど。この仕事は、私の根っこになっているんです。

―― 具体的にはどんな活動をしていますか？

けやきの苑・西原で生活している方々の洗濯物をたたんで、持ち主の名札と一緒に仕分けています。これが脳トレになったりもするんです。始めた当時は、ボランティアだって言っていたけど、今はもう自分自身の"リハビリ"にもなっていますね（笑）。この仕事にとっても感謝しているんです。

―― お話しているこちらまでエネルギーをもらうくらいお元気ですが、ここまで長く活動を続けられる秘訣は何ですか？

自分としては、特別、気負いもせずに、自然に続けていたら23年経っていたという感じなんです。長生きの秘訣は、おしゃべりを楽しむことでしょうかね。仲間と食事会に行けば、おしゃべりもごちそうのひとつなんです。病院もほとんど行ったことないくらい。何でも楽しくなくっちゃね。だから、今は毎日とても楽しいですよ。

渋谷区の番組を放送中です

ラジオ しぶや区ニュース（10分間）	渋谷隣人祭り（45分間）	hello from Shibuya（30分間）	ラジオ しぶや区ニュース（区長の部屋ほか）（10分間）
月～木 11:00／16:00／21:50	火 11:15	火 16:20	金 11:00／17:00／19:50
「しぶや区ニュース」の情報を発信します	渋谷区で活躍する様々な人が登場します	区内の外国人を招いて話を伺います	長谷部健 渋谷区長が出演する場合もあります

しぶや区ニュース × 渋谷のラジオ とは？
リニューアルした「しぶや区ニュース」では毎号、「渋谷のラジオ」と連動したページを掲載。「しぶや区ニュース」と「渋谷のラジオ」が連携して、人と人のつながりが広がる紙面をお届けします。

渋谷のラジオ　周波数：87.6MHz FM ☆公式アプリでも聴取可能 App Store Google Play
住所｜渋谷3-22-11 サンクスプライムビル1階　TEL｜6712-6876
FAX｜5778-9620　E-MAIL｜info@shiburadi.com　HP｜https://shiburadi.com/

※紙面に掲載している情報は、28年9月1日現在のものです。

問 広報コミュニケーション課広報広聴係（☎3463-1287 FAX 5458-4920）

SHIBUYA's Life Information

くらしの情報

日日程・時間　場場所・会場　内内容　講講師　対対象・資格（在住・在勤・在学は渋谷区内）　定定員・人数
費費用（記載なしの場合は無料）　持持ち物（特に必要なもの）　申申し込み・応募方法　問問い合わせ
HPホームページ　子ども向け　子育て世代向け　高齢者向け

ハガキ・ファクスなどの記入例

希望講座・コース
①〒・住所※
②氏名（ふりがな）
③年齢
④電話番号
・その他
（生年月日、性別など）

①〜④をすべて記入してください。
※在勤の人は勤務先・所在地、在住・在学の人は学校名（学年）・所在地を記入
・申込は原則1人1通
・往復ハガキの場合は、返信用の住所・氏名も記入してください。

電子申請で申込可

保健

9月は健康増進普及月間 －生活改善で健康寿命の延伸

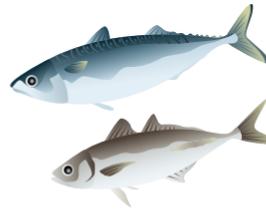
糖尿病、がん、心臓・脳血管疾患などの生活習慣病は日常生活と深く関連しています。日頃の生活習慣を見直して、生活習慣病を予防しましょう。
- 運動不足なら毎日10分の運動をプラス
- 野菜不足なら1食1皿野菜料理を追加
- 禁煙でCOPD（慢性閉塞性肺疾患）を予防

健康づくりは日常生活づくりから。気づいた時が始める時です。
問地域保健課健康推進係
（☎3463-2412 FAX5458-4978）

9月10〜16日は自殺予防週間 －あなたのSOSを見逃したくない

昨年、日本の自殺総数は24,000人を超えました。自殺の原因・動機で最も多かったのは「健康問題」で約12,000人でした。自殺は予防できます。身近に悩んでいる、心配な人がいる場合は、保健所または保健相談所に相談してください。
精神科医師へ相談できる精神保健相談（予約制）も利用できます。
問地域保健課保健指導主査
（☎3463-2439 FAX5458-4978）
恵比寿保健相談所
（☎3443-6251 FAX3443-6253）
幡ヶ谷保健相談所
（☎3374-7591 FAX3374-5985）

食品衛生消費者懇談会

日9月21日㈬14:00〜16:00
場商工会館
内魚のいろいろ
講渋谷食品衛生協会東京魚商組合　森輝夫氏
対在住・在勤・在学の人
定20人（先着）
申9月7日から電話で
問生活衛生課食品衛生係
（☎3463-2253
FAX5458-4943）

HIV即日抗体検査（匿名・無料）

早期発見・治療により、エイズの発症を抑えたり遅らせたりすることができます。
日9月24日㈯13:00〜14:30
（申込時に時間指定）
場区役所仮庁舎第2庁舎1階
内1時間30分で結果がわかるHIV検査
定40人（先着）
申9月5日からHIVと人権・情報センターへ電話で（☎5259-0255）※㈪〜㈮12:00〜18:00、㈷を除く
問地域保健課感染症対策係
（☎3463-2416 FAX5458-4978）

栄養教室「骨を減らさない食生活の工夫」

日10月7日㈮14:00〜16:00
場区役所仮庁舎第2庁舎1階講堂
内骨量測定、カルシウムの上手な摂り方
講栄養士
対在住・在勤の人（既受講者を除く）
定30人（先着）
申9月14日から電話で
問地域保健課母子保健・産前産後ケアセンター
（☎3463-2444 FAX5458-4978）

飼い犬の登録・狂犬病予防注射はお済みですか

内①飼い犬の登録
②狂犬病予防注射（28年度は9月30日まで）
対①生後91日以上で平成8年度以降に1度も飼い犬の登録をしていない人
②28年度の注射済票の交付を受けていない人
費①3,000円、②550円
持②獣医師が発行する注射済証
申区役所仮庁舎第3庁舎1階生活衛生課または出張所・区民サービスセンターで
問生活衛生課事業係
（☎3463-2246 FAX5458-4943）

催し物

手工芸展

日9月9日㈮〜15日㈭9:00〜19:00（11・15日は17:00まで）※13日を除く
内区民の手芸、陶芸、木工作品などの展示
場・問恵比寿社会教育館
（☎3443-5777 FAX3443-5778）

ムーンパーティー2016

日9月15日㈭19:00〜21:30
※悪天候は中止、詳しくはHPで
場文化総合センター大和田12階
内秋の名月と東京の夜景を屋上から観賞
申当日会場で
問コスモプラネタリウム渋谷
（☎3464-2131 FAX3464-2148）

川本喜八郎人形ギャラリーワークショップ

日9月19日㈷13:00〜17:00
場川本喜八郎人形ギャラリー
内人形の構造やからくりの解説、関羽と撮影会
申当日会場で
問文化振興課交流推進係
（☎3463-1142 FAX3464-3406）

ひがし優（ゆ）っくりカフェ

日9月22日㈷14:30〜16:00
場ひがし健康プラザ
内機能訓練体操と認知症の説明
対在住の人　定30人（先着）
費500円
申当日会場で
問ひがし健康プラザ高齢者在宅サービスセンター
（☎5466-2681 FAX5466-2682）

介護者リフレッシュ交流会

日9月30日㈮10:30〜11:30
場恵比寿社会教育館
内自宅でできるイキイキ体操
対介護をしている人（要介護者の参加は相談）
申豊沢・新橋地域包括支援センターへ電話で
（☎3440-1671）
問高齢者福祉課高齢者相談支援係
（☎3463-1890 FAX3463-2873）

きのこ狩り

日10月1日㈯・2日㈰（1泊2日）
場アクティブ峰の原（長野県須坂市）
※現地集合・解散、最寄駅からの送迎あり
対在住・在勤・在学の人　定30人（抽選）
費2,000円（昼食代など）※交通費・宿泊費別途
申9月8日までに電話で
問子ども青少年対策課青少年育成係
（☎3463-2578 FAX5458-4942）

リサイクルバザール　フリーマーケット

日時	会場	会場責任者
10月2日㈰ 10:00〜14:00	リフレッシュ氷川	大塚 広子 （☎・FAX3400-6490） 土屋 治子 （☎・FAX3400-9170）

※詳しくは会場責任者へ問い合わせ（深夜不可）
※フードドライブ（家庭で余っている食品を持ち寄り、福祉団体などに寄付をする）の受付も行います。
費1店舗1,000円
申9月15日から会場責任者へ電話・ファクスで（先着）
問清掃リサイクル課リサイクル推進係
（☎5467-4073 FAX5467-4076）

佐竹律香シャンソンリサイタル

日10月7日㈮18:30開演（18:00開場）
場文化総合センター大和田4階さくらホール
曲目「桜んぼの実る頃」「8月のパリ」「枯葉」ほか
費4,800円（全席指定）
申佐竹律香事務所へ電話・ファクスで
（☎090-8847-0808
FAX3796-5588）
問文化総合センター大和田管理事務室
（☎3464-3381
FAX3464-3406）

▲佐竹律香

例年掲載している記事は、その年によって掲載時期が異なる場合がありますので、ご注意ください。

庁舎アクセス

- **A 渋谷区役所仮庁舎（第1～3）** 〒150-8010 渋谷1-18-21
- **B 渋谷区役所美竹分庁舎** 〒150-0002 渋谷1-2-17
- **C 渋谷区防災センター／区民サービスセンター** 〒150-8510 渋谷2-21-1 渋谷ヒカリエ 8階
- **D 渋谷区役所神南分庁舎** 〒150-0042 宇田川町5-2
- **E 文化総合センター大和田** 〒150-0031 桜丘町23-21

講座・教室

ローラースケート教室

●低学年タイム
日9月7～28日の(水)15:40～16:20
対小学校1～3年生
定各15人（先着）
●初心者限定タイム
日9月10･24日(土)10:40～11:20
対小学生～高校生
定各10人（先着）
●親子ですべろう
日9月25日(日)10:00～10:40、10:40～11:20
対小学生以上と保護者
定各5組10人（先着）
●共通事項
持靴下、タオル、飲み物
申当日会場で
※悪天候は中止
場･問児童青少年センター フレンズ本町
（☎3377-5160 FAX3377-5162）

医師講座「健康はつらつ事業」

日9月29日(木)13:30～15:00（13:15受付開始）
内健康講座や、運動講座「健康はつらつ事業」で実施した体力測定結果の検証･解説
講辻整形外科院長　辻隆晴氏
対在住で65歳以上の人
※体力測定未受講者も参加可
定40人（先着）
申当日会場で
場･問スポーツセンター
（☎3468-9051 FAX3468-9133）

こども科学センター･ハチラボ

ハチラボ講座「波は何を伝えるのか ウエーブマシンで体験しよう」
日9月25日(日)14:00～16:00
場こども科学センター･ハチラボ
講都立三田高校教諭　岡本正有氏
対在住･在学の小学校6年生～中学生（中学生優先）
定15人（抽選）
申9月13日（必着）までに往復ハガキで（記入例のほか性別）、〒150-0042宇田川町5-2渋谷区役所神南分庁舎生涯学習振興課生涯学習係へ
※電子申請可
問生涯学習振興課生涯学習係
（☎3463-3049 FAX3463-3822）

医療セミナー－がんの早期発見とがん治療最前線

日9月29日(木)18:00～20:00
場勤労福祉会館
内PET-CT検診の重要性、たばこの危険性、乳がん･前立腺がんの急増など
講新百合ヶ丘総合病院予防医学センター　大石朝子氏
対在住･在勤の人
定40人（先着）
申9月12日から電話で
問渋谷区勤労者福祉公社（☎･FAX3780-0878）

社会教育館講座「渋谷音頭体験」

日時		会場
10月1日(土)	18:30～20:30	長谷戸社会教育館
10月2日(日)	14:00～16:00	上原社会教育館
10月15日(土)	18:30～20:30	千駄ヶ谷社会教育館
10月16日(日)	14:00～16:00	幡ヶ谷社会教育館
10月22日(土)	18:30～20:30	恵比寿社会教育館

講渋谷区婦人団体連絡協議会理事長　丸山多喜子氏
対在住･在勤･在学の人（未就学児は保護者同伴）
申9月1日から電話･窓口で ※(月)を除く
問千駄ヶ谷社会教育館
（☎3497-0631 FAX3497-0632）

アイリス講座「自立」とはつながりを増やすこと－ななめの関係と「子ども食堂」

日10月2日(日)14:00～16:00
内子ども食堂から地域コミュニティの力、可能性を学ぶ
講社会活動家　湯浅誠氏
定40人（先着）
※1歳以上の未就学児の託児･手話通訳あり
申9月6日から電話･ファクスで（記入例のほか託児･手話通訳の有無、子どもの②･③）
※託児･手話通訳の申込は9月22日まで
場･問渋谷男女平等･ダイバーシティセンター〈アイリス〉（☎3464-3395 FAX3464-3398）

シニアいきいき大学 幡ヶ谷パソコン入門（全18回）

日10月11日～12月16日の(火)･(金)
10:00～12:00、13:30～15:30（いずれかを選択）※11月4･22日を除く
場幡ヶ谷社会教育館
内文字入力、インターネット･メール体験など
対在住で60歳以上の初心者
定各9人（抽選）
費3,000円
申9月20日（必着）までに往復ハガキで（記入例のほか生年月日）、〒150-0031桜丘町23-21文化総合センター大和田内 シニアいきいき大学事務局へ
問シニアいきいき大学事務局
（☎3464-5171 FAX3464-5172）

健康セミナーと体操教室－シルエットを美しく

日10月8日(土)14:00～16:30
場幡ヶ谷社会教育館
内お腹周り、腰痛など1日10分間の体操で解消
対在住･在勤の人　定40人（先着）
費500円
申9月12日から電話で
問渋谷区勤労者福祉公社（☎･FAX3780-0878）

高齢者ケアセンター

共通事項
対在住の65歳以上で、介護保険サービスを利用していない、自分で来所できる人 ※ほっこりカフェを除く
場･問高齢者ケアセンター
（☎3770-0217 FAX3770-8128）

講座名・日時など	定員	申込
映画会「マネー･ショート華麗なる大逆転」 9月23日(金)14:00～16:10	50人（先着）	当日会場で
健康講座「FUSION（フュージョン）」 9月28日(水)13:30～15:00 内ヨガ･ピラティスの要素を取り入れたエクササイズ	40人（先着）	9月12日から電話で ※(月)～(土) 9:00～17:00
エゴスキューメソッド 9月29日(木)10:00～11:30 内米国発の身体の歪みを整えるエクササイズ	40人（先着）	
ほっこりカフェ「カラーセラピー」 9月30日(金)14:00～15:00 対在住･在勤の人 費100円	30人（先着）	
ピアノで歌おう 10月7日(金)･19日(水)14:00～15:30 ※重複申込可 費300円	各50人（先着）	
おしゃべりランチタイム「肉料理」 10月7･21日(金) ※いずれかを選択 12:00～13:00 費900円	各20人（先着）	
英会話（全2回） ①初級 10月17･31日(月) 10:00～10:50 ②中級 10月11･25日(火) 10:00～10:50 ③上級 10月11･25日(火) 11:00～11:50 ※いずれかを選択 費①500円、②･③300円	①16人、②･③各20人（抽選）	9月15日までに電話で ※(月)～(土) 9:00～17:00
英語で歌おう 10月17･31日(月) ※いずれかを選択 11:00～12:00 費200円	各16人（抽選）	
英語でハロウィン 10月27日(木)13:00～14:30 費500円	20人（抽選）	

講座・教室のつづき

介護予防のための「高齢者健康トレーニング教室」

	場所・問い合わせ	日時
①	グループホーム笹塚（全12回）☎3299-2691 FAX3299-2692	10月5日～12月21日の㈬10:50～12:00
		10月7日～12月23日の㈮10:50～12:00、13:30～14:40（いずれかを選択）
②	猿楽トレーニングジム（全8回）☎3461-3447 FAX3461-3448	10月6日～12月1日の㈭14:00～15:30 ※11月3日を除く
③	スポーツセンター（全8回）☎3468-9051 FAX3468-9133	10月13日～12月8日の㈭14:00～15:30 ※11月3日を除く

内①ストレッチ、ボール・セラバンドを使った運動など、②・③マシントレーニング、ストレッチ運動など
対在住の65歳以上で、自分で通所ができ、運動について医師の許可を得ている人
定①15人、②・③各5人（いずれも抽選）
費①1,400円程度、②・③1,200円程度（いずれも保険料など）
申9月15日までに電話で ※重複申込不可

社会教育館講座「デコ巻きずしでおもてなし」（全3回）

日10月29日、11月5・12日㈯11:00～13:00
講日本デコずし協会　下野ひとみ氏
対高校生以上の人
定18人（抽選）
費3,000円（材料費など）
申9月19日までに電話・窓口で ※㈫を除く
場・問恵比寿社会教育館
（☎3443-5777 FAX3443-5778）

スポーツ

西原水泳教室

	コース	日時		費用
①	水曜幼児	9月28日～12月7日の㈬（全10回）※11月23日を除く	15:00～16:00	各6,000円
②	水曜小学生		16:00～17:00	
③	木曜幼児	10月6日～29年3月16日の㈭（全20回）※12月15・22・29日、29年1月5日を除く	15:00～16:00	各12,000円
④	木曜小学生A		16:00～17:00	
⑤	木曜小中学生B		17:00～18:00	
⑥	木曜夜間	10月6日～12月8日の㈭（全10回）	19:00～20:45	9,000円
⑦	サンデースイム	10月9日～12月11日の㈰（全10回）	10:00～11:30	8,000円

場スポーツセンター
講渋谷区水泳連盟指導員
対在住・在勤・在学で①・③ひとりで着替えができる5歳児（28年4月1日現在）、②小学校1～6年生、④小学校1・2年生、⑤小学校3年生～中学生、⑥高校生以上の人、⑦中学生以上の人
定各若干名（抽選）
申9月12日（必着）までに往復ハガキで（記入例のほか生年月日）、〒151-0066西原1-40-18スポーツセンター内 渋谷区水泳連盟へ
問スポーツ振興課スポーツ振興係
（☎3463-3295 FAX3463-3822）

公開イベント「わくわく体操教室」

日9月19日㈷10:00～11:30（9:45受付開始）
内ボール・リズム体操、ヨガなど
講スポーツ指導員
対在住で60歳以上の人
定45人（先着）
持運動できる服装・タオル、飲み物
申当日会場で
場・問スポーツセンター
（☎3468-9051 FAX3468-9133）

初・中級者バドミントン教室（全10回）

日9月28日～12月7日の㈬13:30～15:30
※11月23日を除く
場スポーツセンター
講渋谷区バドミントン協会指導員
対在住・在勤・在学で18歳以上の人
定40人（先着）
費10,000円（保険料別途）
申9月16日（必着）までに往復ハガキで（記入例のほか性別）、〒151-0066西原1-40-18スポーツセンター内 渋谷区バドミントン協会へ
※詳しくは問い合わせ（☎070-6968-2888 担当:杉山）
問スポーツ振興課スポーツ振興係
（☎3463-3295 FAX3463-3822）

ウオーキング・ジョギング教室（全10回）

日10月1日～12月10日の㈯10:00～11:30
※11月5日を除く
場スポーツセンターほか
内フォームの確認、自重での筋力トレーニング
対在住・在勤の人
定20人（先着）
費800円（保険料）
申9月6日から電話・窓口で
問スポーツセンター
（☎3468-9051 FAX3468-9133）

ヨガ・ピラティス（全10回）

日10月7日～12月9日の㈮19:10～19:55（ヨガ）、20:10～20:55（ピラティス）
対在住・在勤・在学で高校生以上の人
定各25人（先着）
費各2,200円 ※任意保険制度あり
申9月6日から電話・窓口で
場・問代官山スポーツプラザ
（☎5428-0831 FAX5428-0832）

初心者弓道教室（全18回）

日10月8日～29年2月25日の㈯9:45～11:45
※12月17・24・31日を除く
場スポーツセンター
講渋谷区弓道連盟指導員
対在住・在勤・在学で高校生以上の人
定25人（抽選）
費10,000円
申9月17日（必着）までに往復ハガキで（記入例のほか性別）、〒151-0066西原1-40-18スポーツセンター内 渋谷区弓道連盟へ
※詳しくは問い合わせ（☎3465-4431 担当:岡部）
問スポーツ振興課スポーツ振興係
（☎3463-3295 FAX3463-3822）

お知らせ

渋谷区自立支援協議会を傍聴できます

日9月13日㈫10:00～12:00
場美竹の丘・しぶや
内障害者への支援体制など ※手話通訳あり
申当日会場で
問障害者福祉課福祉計画推進係
（☎3463-1922 FAX5458-4935）

改正個人情報保護法説明会

日9月21日㈬18:00～20:00
場上原社会教育館
内29年度の改正により新たに小規模の団体（町会・PTAなど）が適用対象になることへの対応など
講弁護士　板倉陽一郎氏
対在住の人　申9月14日までに電話で
問地域振興課地域振興係
（☎3463-1649 FAX5458-4906）

内なる国際化・多文化共生に向けて－多言語教育の実践から

日9月28日㈬19:00～20:30
場美竹の丘・しぶや
内在住外国人の家庭と友好的な関係を構築するための方法など
講NPO法人多言語広場CELULAS理事長　鈴木隆志氏
対在住・在勤・在学の人　定80人（先着）
申9月1日から電話・ファクス・メールで（記入例参照）
問子ども青少年対策課青少年育成係
（☎3463-2578 FAX5458-4942
✉seisyounen-ikusei@city.shibuya.tokyo.jp）

シブヤビジネスコンサルティング－創業者支援

内事業計画書の作成、販売・マーケティング・財務管理など創業前後の経営指導や助言 ※選考審査あり
アドバイザー中小企業診断士ほか
対区内で1年以内に創業を予定している人、区内で創業して1年未満の人
申10月7日までに電話で
問商工観光課商工観光係
（☎3463-1762 FAX3463-3528）

古着とふとんの回収

日程	会場
9月21日㈬	恵比寿社会教育館
9月24日㈯	代官山スポーツプラザ
9月25日㈰	はつらつセンター参宮橋
9月27日㈫	代々木大山公園

※いずれも時間は10:00～12:00（雨天決行）

回収できるもの ※ビニール袋、または紙袋に入れて持参
きれいに洗濯された衣類（着物も可）、ふとん（中が綿または化繊）、毛布、タオル、靴・スニーカー・サンダル（履物はすべて左右そろっているもの）、ぬいぐるみ、ベルト、バッグ、帽子

回収できないもの ※シミや汚れ・破れ・カビなど臭いのあるものは不可
羽毛布団、座布団、こたつ布団、枕、マットレス、カーペット、長靴、雑貨・おもちゃ、ゴルフバッグ、車輪付きバッグ

常設回収 渋谷区清掃事務所、本町リサイクルセンター、清掃事務所旧代々木分室

問清掃リサイクル課リサイクル推進係
（☎5467-4073 FAX5467-4076）

ハガキ・ファクスなどの記入例は、8ページをご覧ください。

募集

「区民音楽のつどい ―みんなで『第九』を」合唱団員

日10月8日～11月12日の(土)、11月20・27日(日)13:30～16:00、12月3日(土)10:30～13:00
場長谷戸社会教育館ほか
内12月10日Bunkamuraオーチャードホール開催「区民音楽のつどい」に向けた練習
講指揮者　北原幸男氏ほか
対在住・在勤・在学で『第九』を歌ったことがある人
定140人（抽選）
費8,000円（保険料含む）
申9月21日までに電話・窓口で ※(火)を除く
問長谷戸社会教育館
（☎3463-8061 FAX3463-8062）

相談

土曜発達相談会

日9月17日(土)9:00～17:00
内発達や育児の不安・悩みなど
対在住の未就学児と保護者
申電話で
場・問子ども発達相談センター
（☎3405-9658 FAX3405-9666）

休館・休業

区民保養施設

日程	場所
12月5日(月)・6日(火)	二の平渋谷荘
12月7日(水)・8日(木)	河津さくらの里 しぶや

内一斉清掃および点検のため
問二の平渋谷荘東京事務所
（☎3463-6386 FAX5489-9781）
河津さくらの里 しぶや東京事務所
（☎3464-2424 FAX5489-9781）

官公署など

不動産街頭無料相談会

日9月15日(木)10:00～16:00
場渋谷マークシティ2階連絡通路
内不動産に関する法律・税務・取引など
相談員弁護士・税理士ほか
申当日会場で
問公益社団法人全日本不動産協会東京都本部渋谷支部（☎6276-1474）

スペシャルフレンチランチとキッチンツアーを楽しむ会

日9月29日(木)13:00から
場セルリアンタワー東急ホテル（桜丘町26-1）
定10人（抽選）　費5,000円
申9月15日までにメール・電話・ファクスで（記入例参照）
問渋谷区観光協会（☎3462-8311 FAX3462-8312 ✉info@play-shibuya.com）

はっぴー教室 楽しく予防・認知症（全24回）

日10月4日～29年3月28日の(火)10:00～11:30
※11月29日、29年1月3日を除く
場上原社会教育館
内予防に有効な軽い運動や脳トレなど
対在住の60歳以上で要介護でない人
定20人（先着）　費3,000円（材料費）
申9月7日から電話・ファクスで
問高齢者支援 渋谷はっぴーの会
（☎・FAX3460-5464）

口腔(こうくう)がん検診と相談

日10月6日(木)14:00～17:00
場渋谷区口腔保健支援センタープラザ歯科診療所
診査・指導医東京歯科大学主任教授　柴原孝彦氏
対在住・在勤の人
定30人（症状により選定）
申9月21日（消印有効）までに往復ハガキで（記入例のほか性別、口の中の症状）、〒150-0031 桜丘町23-21文化総合センター大和田2階渋谷区歯科医師会へ
問渋谷区歯科医師会（☎3770-2341）

被災建築物応急危険度判定員養成講習会

日10月14日(金)・25日(火) ※いずれかを選択 13:40～17:00
場都庁第1本庁舎5階大会議場（新宿区西新宿）
内都の防災対策、応急危険度判定制度など
対都内在住・在勤の1・2級建築士および木造建築士
定各500人（先着）
申9月26日（必着）までに申込書に必要事項を記入し、〒104-6204中央区晴海1-8-12オフィスタワーZ棟4階一般社団法人東京建築士会へ郵送・持参
※申込書は区役所仮庁舎第3庁舎3階まちづくり課防災まちづくり係で配布（都耐震ポータルサイトでダウンロード可）
問東京都建築企画課耐震化推進担当
（☎5388-3339 FAX5388-1356）
一般社団法人東京建築士会
（☎3536-7711 FAX3536-7712）

身元不明相談所を開設します

日9月30日(金)まで 9:00～16:30
場警視庁本部1階身元不明相談室（千代田区霞が関2-1-1）※渋谷警察署（☎3498-0110）、原宿警察署（☎3408-0110）、代々木警察署（☎3375-0110）でも相談可
問警視庁身元不明相談室（☎3592-2440）

区民のコーナー

区民の皆さんの自主的な団体活動の紹介です。
内容などは直接問い合わせて利用してください。

スポーツ吹き矢 月曜日 10:00～12:00／はつらつセンター幡ヶ谷／会費月1,000円／080-3128-4886 草野
英語（中高生）月3回（日時は相談）／自宅（神宮前3丁目）／会費月4,000円　教材費実費／090-9852-6736 難波
やさしい旅行英会話（初心者・60歳以上）月2回の水曜日 15:00～16:00／笹塚駅前区民施設／入会金1,000円／会費月4,000円／080-5864-3438 堀本
話し方サークル（3分間スピーチ学習）第4日曜日13:00～17:00／千駄ヶ谷社教館／参加費1,000円／042-364-5247 髙野
詩吟（初心者歓迎、見学自由）月3回の土曜日 10:00～12:00／地域交流センター神宮前／会費月3,000円　教材費実費／090-9679-3346 菰田
ハンドベル（譜面の読める人）月3回(①水・木曜日19:00～21:00、②土・日曜日13:00～17:00のいずれか)／幡ヶ谷社教館／会費月2,000円／090-4398-0556 福田

施設のイベント情報

いずれの施設も月曜日（祝・休日の場合は翌日）は休館です。施設によって入館料が異なります。入館は閉館30分前まで。詳しくは問い合わせてください。

郷土博物館・文学館

場東4-9-1（〒150-0011）
☎3486-2791 FAX3486-2793

◎渋谷を流れた川の写真展
日10月16日(日)まで
内昭和30年代まで区内各地を流れていた川の写真を紹介
・展示解説
日9月17日(土)14:00から

◎無料開放
日9月19日(祝)

▲昭和34年 神山町付近の宇田川

松濤美術館

場松濤2-14-14（〒150-0046）
☎3465-9421 FAX3460-6366

◎サロンクバヤ　シンガポール　麗しのスタイル　つながりあう世界のプラナカン・ファッション
日9月25日(日)まで

©Asian Civilisations Museum, Singapore.

◎館内建築ツアー
日9月16日(金)18:00から
定20人（先着）
申当日会場で

◎美術教室（全5回）水彩画
A　日10月15日～11月12日の(土)10:30～12:30
講小沢優子氏
B　日10月18日～11月15日の(火)14:00～16:00
講奈良峰博氏
〈共通事項〉
定各25人（抽選）　費2,500円
申9月23日（消印有効）までに往復ハガキで（記入例参照）、松濤美術館へ

ふれあい植物センター

場東2-25-37（〒150-0011）
☎5468-1384 FAX5468-9385

◎初心者のための園芸基礎講座（全3回）
日9月24日、10月8日、11月12日(土) 13:30～15:30
内病害虫の防除、球根植物の栽培方法など
講東京都水と緑の市民カレッジ講師 井上華子氏
対中学生以上の人　定7人（先着）
費2,000円
申9月10日から電話で

◎草木染体験実習　桂で染める
日10月9日(日)13:30～15:30
対中学生以上の人　定10人（抽選）
費2,500円
申9月18日（必着）までに往復ハガキで（記入例参照）、ふれあい植物センターへ

※その他のイベントはHPをご覧ください。

第10回 渋谷「大好き」写真コンテスト

作品を募集します

テーマ▶あなたが「身近に」感じる渋谷の魅力

あなたにとって身近な被写体を通じて、渋谷の魅力を写真で表現してみてください

第9回グランプリ
「打ち水で涼しく」橋本昌利さん

第9回部門優秀賞（自然・星景・日常生活）
「犬とボール遊び」増田和也さん

第9回部門優秀賞（観光・イベント）
「飛べー」横山宜明さん

写真を通して、喜びや楽しさをみんなで一緒に味わいましょう！

審査委員長
田沼武能さん

みなさんの身近にある“渋谷の今”から、いろんな魅力を発見しましょう！

実行委員長
井上悟さん

募集期間

9月1日（木）～11月15日（火）

募集作品・サイズ

27年12月以降に区内で撮影した未発表の自作品、A4サイズプリント（1人5点まで）

応募資格

「渋谷区」ファンならどなたでも（アマチュアのみ）

募集部門

1.観光・イベント部門
2.渋谷区 新発見部門
3.自然・星景・日常生活部門
4.小・中学生部門

応募方法

応募票（必要事項を記入）と作品を、〒150-8010（住所不要）渋谷「大好き」写真コンテスト実行委員会事務局（渋谷区役所商工観光課内）へ郵送または持参
※郵送は必着、持参は17:00まで
▷応募票の配布場所
区役所仮庁舎第1庁舎2階商工観光課、出張所・区民サービスセンター、文化総合センター大和田、社会教育館、図書館ほか
※区HPでダウンロード可

▲写真コンテストのページ（区HP）
第8・9回の全受賞作品も掲載しています。

賞

グランプリ（1点）
区長賞（1点）
教育長賞（1点）
部門優秀賞（各1点）
入選（30点以内）
※いずれも賞状と副賞を贈呈
※29年2月に表彰式と入賞作品展を開催予定

問渋谷「大好き」写真コンテスト実行委員会事務局（☎3463-1762 FAX3463-3528）

vol.04 渋谷ぐるっとまちめぐり 恵比寿エリア

このコーナーでは、まち歩きにぴったりな渋谷区のおすすめスポットをエリアごとに紹介していきます。

恵比寿1丁目 恵比寿東公園

平成23年に全面改修され、親水施設・芝生広場が整備された児童遊園です。渋谷川沿いに位置し、タコの形をしたすべり台があることから通称「タコ公園」と呼ばれ、地域の皆さんに親しまれています。

恵比寿4丁目 アメリカ橋公園

恵比寿駅の南にあるアメリカ橋（セントルイス万博に出展された橋）から名付けられた公園です。27年9月には、光のモニュメント「星のアンサンブル」が設置されました。夜になると星々が美しく輝きます。